

Inter SR

Intra CL



## Prise de parole en public

MAJ : Vendredi 05 juin 2026

### Public

Tout agent Caf amené à faire des exposés en grand groupe

### Pré-requis

Aucun

### Modalités pratiques

Durée : 3 jours - Soit 21 heures

Calendrier - Lieux -

Modalités d'accès :

Planification sur le site

EGOC [Sessions à venir]

Nous contacter pour suivi

des programmations et

des planning sur

[www.egoc.org](http://www.egoc.org)

### Catégorie

Inter-Sessions Régionales

Chantiers locaux

Présentiel

Formations

Communiquer

### Tarifs

450.00

### Modalités d'animation

Présentiel

Session régionale (INTER)

/ Chantier local (INTRA)

### Objectif professionnel

Gérer son stress et améliorer ses interventions face à un auditoire.

### Contenu

#### Mieux se connaître

- Auto-diagnostic : ses points forts et ses axes d'amélioration
- Se percevoir à travers la vidéo et les autres personnes du groupe
- Les caractéristiques de la communication orale

#### Préparer son contenu

- Choix du message principal
- Organisation des informations en fonction de l'auditoire
- Préparation de sa prise de notes

#### Comprendre les enjeux de la communication orale

- Le schéma de communication et la déperdition du message
- Le poids du langage corporel : les postures et la gestion de l'espace
- L'importance du regard
- L'intégration des silences
- L'élocution : volume, articulation, ton, débit, respiration

#### Préparer sa prise de parole

- Le regard, la voix, les mains...
- Les premiers mots : pour bien démarrer
- Les trente dernières secondes : pour bien terminer
- L'attitude face à l'imprévu
- La gestion du trac : exercices de relaxation, visualisation... et répétition !

### Méthodes mobilisées

Travail participatif et apports théoriques

Entraînements sur des courtes séquences, analyse vidéo

Mises en situation sur des cas concrets des participants



## Formateur

Formateur expert

## Effectif

Un groupe de 8 agents  
minimum et de 10 agents  
Caf maximum

## Taux de satisfaction

En 2024 : 93 % (26  
stagiaires) / en 2023 : 86  
% (15 stag) / en 2022 : 94  
% (9 stag)

## Tarification

Coût jour intra : 1090 €  
TTC

## Tarif / Coût stagiaire

450.00

Remise d'un support

Modalités d'évaluation et de validation:

**Evaluation en amont** : sous forme d'un questionnaire ou d'un entretien avec le formateur pour valider les prérequis, d'évaluer les besoins spécifiques et de déterminer le niveau de connaissances

**Evaluation au cours de la formation** : validation de la compréhension et de l'acquisition des connaissances sous forme mises en situations, de réflexions collectives et d'utilisation d'outils de diagnostic

**Evaluation à chaud** : à l'issue de la formation, un bilan oral et une évaluation écrite permettront d'apprécier la qualité de la prestation et de mesurer l'efficacité de l'action au regard des objectifs globaux

**Evaluation à froid** : réalisée avec un outil interne Caf

**Attestation de suivi** : Feuille de présence

**Attestation de participation** mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action sera remise aux stagiaires à l'issue de la formation

---

Accessibilité:

Nos formations sont accessibles à tous les agents Caf. Pour toutes personnes en situation de handicap, nous vous invitons à nous contacter afin d'étudier ensemble les modalités d'accès à la formation et de nous transmettre tout document nécessaire pour l'ajustement des prestations et la mise en oeuvre de dispositifs adaptés.

Niveau d'accessibilité des prestations proposées dans les locaux de l'EGOC : fiche informative du registre public d'accessibilité disponible sur le site de l'EGOC : Page « [Contact et Accessibilité](#) »

---

Délais d'accès à la formation:

Délais d'accès entre la demande et le début de la prestation : engagement d'une réponse dans les 15 jours ou conditionné aux délais de procédures de marché (1 mois pour les sessions INTER).

---

**Pour toutes informations administratives, pédagogiques,  
d'accompagnement aux personnes  
ou d'une adaptation de la formation sur mesure,**



Entente du **G**rand **O**uest et du **C**entre  
pour le perfectionnement des personnels  
des caisses d'Allocations familiales

---

**vous pouvez nous contacter au 02 99 29 82 42 ou 02 99 29 82 43**

---